C=RU, O=ГБОУ ООШ №. 27 г.Сызрань, CN=Белецких Игорь Иванович, E=school27_szr@samara.edu.ru
00 e8 c7 3a 76 e5 5f 77 ea
2023.04.30 12:51:23+03'00'

УТВЕРЖДАЮ:

директор ГБОУ ООШ № 27 г.Сызрани

_____И.И.Белецких

МЕНЮ на 10 апреля 2023 г.

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Выход блюда*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность (Ккал)*	*№ рецептуры*
			Б	**Ж**	**У**		
Неделя 2 **День 1**							
Завтрак	Макароны отварные	200	12,38	13,34	30,28	290,66	206
	Кабачковая икра	40	2	9	8,6	122	
	Бутерброд с маслом	30/10	7,6	11,8	21,22	173,2	1б
	Чай с сахаром	180	0,16	-	14,9	56,87	392
	Итого за завтрак:	***460***	***22,14***	***34,14***	***75***	***642,73***	
2 завтрак	Кефир	100	4,35	3,75	6	75	401
	Итого за 2 завтрак:	**100**	**4,35**	**3,75**	**6**	**75**	
Обед	Щи из свежей капусты с рыбными консервами	200	6	8,2	7,3	126,8	22
	Сосиска отварная	50	8	11	0,6	122,5	275

	Картофельное пюре	100	3,6	5,7	24,5	164,7	3212
	Компот из сушеных фруктов с витамином С	180	1,04	-	26,96	107,4	376
	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,48	18,5	88	2
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12	57	1
	Итого за обед:	***600***	***23,83***	***25,68***	***89,86***	***666,4***	
Уплотненный полдник	Ватрушка с повидлом	100	13,17	7,83	41,69	288,57	14
	Сок	200	0,3	0,3	16,3	68	399ж
	Яблоко	120	1,8	0,6	25,2	115,2	368
	Итого за полдник:	***420***	***33,74***	***18,29***	***85,05***	***635,5***	
	Итого за день:		***82,61***	***80,61***	***254,11***	***1995,29***	